

PERBEDAAN PENGARUH METODE PEMBELAJARAN TETAP DAN BERTAHAP TERHADAP HASIL BELAJAR KEMAMPUAN SERVISTENIS LAPANGAN

Agustiyanto*

Pendidikan Kepelatihan Olahraga JPOK FKIP Universitas Sebelas Maret

Abstrak: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: (1) Perbedaan pengaruh metode pembelajaran tetap dan bertahap terhadap hasil belajar kemampuan servis tenis lapangan dan (2) Metode pembelajaran manakah yang berpengaruh lebih baik antara pembelajaran tetap dan bertahap terhadap hasil belajar kemampuan servis tenis lapangan. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa putra Program Studi Penkepor Semester II JPOK FKIP UNS tahun 2013/2014 berjumlah 57 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *random sampling*, diambil 30 mahasiswa secara acak. Teknik analisis data menggunakan uji-t dengan melalui persyaratan uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji homogenitas. Hasil penelitian disimpulkan: (1) Ada pengaruh metode pembelajaran tetap dan bertahap terhadap hasil belajar kemampuan servis tenis lapangan dengan $t_{hitung} = 3.417 > t_{tabel} = 2.145$ dan (2) Metode pembelajaran bertahap lebih baik dibanding dengan metode pembelajaran tetap terhadap hasil belajar kemampuan servis tenis lapangan dengan peningkatan metode pembelajaran bertahap = 37.500% > metode pembelajaran tetap = 20.940%.

Kata kunci: kemampuan servis tenis lapangan, metode pembelajaran tetap, metode pembelajaran bertahap

Abstract: The aims of this study were to know: (1) the difference of the impact of fixed and gradual learning method on the students' achievement on tennis serve; (2) Which method has better impact between fixed and gradual learning on students' achievement on tennis serve. The method used is experimental research. The population was 57 second semester students of Coaching Education, Teacher Training and Education Faculty, Sebelas Maret University in the academic year 2013/2014. The random sampling was used to obtain 30 students as samples. The data were analyzed by using t-test after doing reliability, normality and homogeneity test. The results of the study showed that: (1) there was an impact of fixed and gradual learning method on students' achievement on tennis serve with $t = 3.417 > t_{table} = 2.145$; (2) Gradual learning method had better impact than fixed learning method on students' achievement on tennis serve. Gradual learning method had the improvement of 37.50% while fixed learning method had improvement of 20.94 %.

Keywords: tennis serve ability, fixed learning method, gradual learning method

*Alamat korespondensi: Jalan Ir. Sutami 36 A. FKIP. Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
e-mail: agus.tiyanto16@yahoo.co.id

PENDAHULUAN

Dewasa ini perkembangan olahraga di Indonesia mengalami peningkatan, hal itu ditandai dengan semakin banyaknya aktifitas olahraga dalam semua golongan masyarakat serta prestasi olah-raga Indonesia yang semakin meningkat. Tenis lapangan misalnya, merupakan jenis olahraga yang cukup populer di Indonesia, karena permainan ini bisa dimainkan disegala usia dari anak-anak sampai usia lanjut. Seiring perkembangan dan kemajuan jaman permainan tenis lapangan berkembang begitu pesatnya di Indonesia. Salah satu alasan permainan tenis lapangan meningkat peminatnya yaitu : dapat dimainkan oleh segala tingkat umur asalkan masih cukup kuat dan tidak memiliki jenis penyakit tertentu sehingga dilarang oleh dokter untuk berolahraga tenis. Kebanyakan tenis pemula dari lapisan usia 8 hingga 75 tahun bermain tenis hanya untuk senang-senang dengan teman-teman, dalam turnamen, tim dan liga-liga diseluruh negeri. Banyaknya juga perkumpulan dan pembinaan ataupun pelatihan tenis lapangan diberbagai daerah merupakan wujud perkembangan dan kemajuan tenis lapangan di Indonesia. Sehingga banyaknya pembinaan tenis lapangan di Indonesia diharapkan dapat menciptakan petenis-petenis handal dan berpotensi.

Didalam perkuliahan program studi penkepor terdapat mata kuliah tenis lapangan I dan II yang harus ditempuh setiap mahasiswa di JPOK FKIP UNS. Perkuliahan tenis lapangan tersebut

durasi waktunya hanya 2 jam selama satu minggu hal ini sangat kurang buat meningkatkan kemampuan teknik dasar bermain tenis lapangan, Rata-rata mahasiswa yang mengambil mata kuliah ini belum pernah memegang raket tenis dan terbilang baru pemula,. Faktor-faktor yang mendukung ketrampilan bermain tenis lapangan perlu dilatih dan ditingkatkan lebih intensif dan optimal. Salah satu faktor yang harus dilatih untuk mencapai kemampuan bermain tenis lapangan adalah menguasai teknik dasar pukulan.

Adapun jenis-jenis pukulan dasar tenis lapangan yaitu *grounsroke*, *volley*, *smash*, *serve*, dan *lob* serta ketrampilan-ketrampilan lain seperti *spin*, *dropshot* dan *half-volley* (Lardner, 2013).

Dalam hal ini servis adalah yang pertama kali harus dikuasai seorang pemain .Menurut Lardner (2013: 39) “Pada mulanya, *serve* hanya dipakai untuk memulai permainan”. Dengan demikian servis harus dapat dikuasai agar mampu bermain tenis lapangan dengan baik. Namun dewasa ini servis tidak hanya sebagai pukulan pembuka namun juga sebagai serangan pertama. Menurut Lardner (2013: 40-41) “Suatu *serve* yang terarah dengan baik memberikan dua keuntungan : dengan melakukan *serve* kearah kelemahan lawan, anda bisa memenangkan beberapa *point* secara langsung atau memaksa lawan untuk melakukan pengambil-pengambilan yang lemah dan dapat dipukul ke sudut-sudut lapangan”. Oleh karena itu, pukulan pionir ini sangat

penting bagi kita untuk dapat menguasainya. Dengan demikian untuk para pemain pemula sebaiknya dalam melakukan servis harus tepat dan masuk sesuai sasaran terlebih dahulu. Sedangkan untuk meningkatkan teknik servis dapat dilakukan dengan metode latihan secara bertahap, seperti yang dikemukakan Sugiyanto (1999: 64) bahwa:

1. Berdasarkan pertimbangan tingkat kesulitan dan kompleksitasnya, penyusunan materi pelajaran hendaknya mengikuti prinsi-prinsip :
2. Dimulai dari materi belajar yang mudah dan selanjutnya secara berangsu-angsur ke materi yang semakin sukar.
3. Dimulai dari materi yang sederhana dan selanjutnya secara berangsu-angsur ke materi yang kompleks.

Dengan demikian untuk meningkatkan kemampuan teknik servis diperlukan metode pembelajaran yang benar dalam perkuliahan . Dalam pembelajara teknik servis dapat digunakan metode pembelajaran dengan jarak tetap dan metode pembelajaradengan jarak bertahap. Namun dalam pengaruh peningkatan kemampuan servis pada permainan tenis lapangan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor penerapan program latihan saja, tetapi juga dari faktor kemampuan individu yang sangat berpengaruh dalam penguasaan kemampuan keterampilan teknik servis tenis lapangan yang dipelajari, serta kemampuan fisik yang baik merupakan faktor yang saling berkaitan. Sebaik apapun metode latihan seorang atlet apabila atlet tersebut tidak memiliki kemampuan fisik

yang baik untuk mendukung dalam penguasaan teknik servis tenis lapangan, maka akan sulit pula pencapaian secara optimal dan tepat dalam kemampuan penguasaan servis dalam permainan tenis lapangan.

Berdasarkan permasalahan yang telah dikemukakan diatas penelitian akan mengkaji dan meneliti pengaruh metode pembelajara servis pada permainan tenis lapangan dengan menggunakan metode pembelajara tetap dan bertahap. Berdasarkan hal tersebut muncul masalah, yaitu adakah perbedaan pengaruh antara metode pembelajara servis pada permainan tenis lapangan dengan menggunakan metode pembelajara tetap dan bertahap akan berpengaruh terhadap kemampuan servitenis lapangan?

Untuk mengetahui dan menjawab masalah tersebut, maka perlu dikaji dan diteliti lebih mendalam baik secara teori maupun praktik melalui penelitian eksperimen. Mahasiswa putra semester II Prodi Penkepor JPOK FKIP UNS Tahun akademik 2013/2014 adalah orang yang akan dijadikan subyek dalam penelitian ini. Sehingga diharapkan dengan mengikuti penelitian ini dapat membantu mahasiswa dalam menguasai teknik pukulan servis pada permainan tenis lapangan dengan baik dan dapat dijadikan modal dasar diperkuliahan tenis lapangan semester V dan VI nantinya.

KAJIAN TEORI

Permainan Tenis Lapangan

Tenis merupakan permainan yang memerlukan kecepatan kaki, ketepatan yang terkendali, stamina,antisipasi, ketetapan hati (*determination*), dan

kecerdikan”. Adapun jenis-jenis pukulan dasar tenis lapangan yaitu *grounsroke*, *volley*, *smash*, *serve*, dan *lob* serta ketampilan-ketrampilan lain seperti *spin*, *dropshot* dan *half-volley* (Lardner, 2013).

Servis

a. Pengertian Servis

Servis merupakan pukulan pembuka permainan. Menurut Lardner (2013 : 3) “serve adalah saran untuk memulai permainan dengan cara *tos-ing* terhadap bola di udara diatas kepala anda dan pada saat bola bergerak turun, memukulnya dengan raket seperti bila anda memukul paku dengan martil”. Oleh karena itu, pukulan pionir ini sangat penting bagi kita untuk dapat menguasainya. Menurut Lader (2013: 40-41) “Suatu *serve* yang terarah dengan baik memberikan dua keuntungan : dengan melakukan *serve* kearah kelemahan lawan, anda bisa memenangkan beberapa *point* secara langsung atau memaksa lawan untuk melakukan pengambilan-pengambilan yang lemah dan dapat dipukul ke sudut-sudut lapangan”.

b. Grip Servis

- 1.Continental grip
- 2.Eastern grip
- 3.Semi-Western grip
- 4.Western grip

c. Teknik Pelaksanaan Servis

Setelah menguasai cara memegang raket dengan baik, selanjutnya harus mempelajari teknik pukulan secara benar. Dalam servis ada dua hal penting yaitu 1) Melambungkan bola (toss)

yang harus tepat pada saat dipukul, 2) Melaksanakan ayunan *backswing*, *forward swing*, dan *follow throw* Untuk dijadikan gerakan yang terangkai harmonis , guna melakukan pukulan servis pada tenis lapangan.

- 1) Posisi Siap
- 2) Backswing dan toss bola
- 3) Penggunaan tenaga dan Titik Kontak bola
- 4) Gerak lanjutan

d. Jenis-jenis pukulan servis

Dalam pukulan servis tenis lapangan mempunyai beberapa jenis pukulan yaitu:

- 1) Slice servis
- 2) Top Spin Servis

Metode Pembelajaran dan Hasil Belajar

a. Metode

Metode merupakan suatu cara yang dipergunakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

b. Pembelajaran

Pembelajaran menurut makna berarti proses, cara, perbuatan mempelajari. Pembelajaran berpusat pada peserta didik dan pembelajaran adalah dialog interaktif. Menurut Rahyubi, “pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar” (2012: 6). Sedangkan pembelajaran menurut Muhammad Surya (2003) adalah “suatu proses perubahan yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan perilaku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil

dan pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya” (Isjoni, 2010: 49).

c. Hasil Belajar

Hasil belajar merupakan kemampuan yang diperoleh individu setelah proses belajar mengajar berlangsung, yang dapat memberikan perubahan tingkah laku baik pengetahuan, sikap dan keterampilan siswa sehingga menjadi lebih baik dari sebelumnya. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Nana Sudjana (2012: 3) “hasil belajar ialah perubahan tingkah laku yang mencakup bidang kognitif, afektif, dan psikomotor yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajarnya”. Menurut Agus Suprijono (2011 : 7), bahwa “hasil belajar adalah pola-pola perbuatan, nilai-nilai, pengertian-pengertian, sikap-sikap, apresiasi dan keterampilan”.

Pembelajaran Ketrampilan Motorik

Kemampuan gerak merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia, karena dengan gerak manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya. Menurut Rusli Lutan (1988: 93) mengatakan bahwa kemampuan motorik kasar adalah kapasitas seseorang yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang relatif melekat pada saat masa kanak-kanak. Jadi kemampuan gerak adalah suatu kemampuan seseorang dalam menampilkan ketrampilan gerak yang luas serta diperjelas bahwa kemampuan motorik suatu

kemampuan umum yang berkaitan dengan penampilan berbagai keterampilan atau tugas gerak.

Latihan

a. Pengertian Latihan

Menurut Sudjarwo (1995: 11) “Latihan adalah suatu proses yang sistematis secara berulang-ulang secara ajeg dengan selalu memberikan peningkatan beban latihan”. Suharno HP. (1993: 7) mengemukakan “Latihan adalah suatu proses mempersiapkan organisme atlet secara sistematis untuk mencapai mutu prestasi maksimal dengan memberi beban-beban fisik dan mental yang teratur, terarah, meningkat dan berulang-ulang waktunya”.

b. Latihan Teknik

Setiap cabang olahraga selalu berisikan teknik-teknik dari cabang olahraga yang bersangkutan. Untuk menguasai teknik dengan baik, diperlukan latihan teknik yang sistematis dan kontinyu. Berikut ini disajikan pengertian-pengertian latihan teknik yang disajikan oleh beberapa ahli, sebagai berikut. Menurut Sudjarwo (1995: 41) “latihan teknik bertujuan untuk pengembangan dan pembentukan sikap dan gerak melalui pengembangan motorik dan system persarafan menuju gerakan otomatis”.

c. Prinsip-Prinsip Latihan

Adapun prinsip-prinsip latihan yang harus diperhatikan dalam latihan menurut Purnama (2010: 61-66) meliputi: “(1) prinsip Generalisasi, (2) prinsip *overload* (beban lebih), (3) prinsip *Revers-*

ibilitas (kembali asal), (4) prinsip specificity (kekhususan), (5) prinsip dari kompetisi, (6) prinsip Keanekaragaman, (7) prinsip individual, (8) prinsip asas overkompesasi ”.

d. Komponen-Komponen

Latihan

Menurut Purnama (2010:67) “dalam menyusun suatu program latihan seorang pelatih seorang pelatih harus memenuhi kriteria dari variabel latihan yaitu : (1) Tipe Latihan, (2) Frekuensi Latihan, (3) intensitas Latihan, (4) Volume Latihan, (5) Duration Latihan”.

Analisi Biomekanika Servis Tenis Lapangan

a. Hal-hal yang Mempengaruhi Gerakan Servis

- 1) Forces / Gaya
- 2) Linear kinematics
- 3) Linear kinetics
- 4) The muscular system

Pembelajaran Servis dengan Metode Latihan Jarak Tetap

a. Pelaksanaan Pembelajaran Servis dengan Jarak tetap

Dalam latihan servis dengan jarak tetap, maksudnya ialah latihan seluruh rangkaian teknik gerakan servis dan mahasiswa melakukan pukulan tersebut pada jarak lapangan yang sebenarnya yaitu dari garis belakang lapangan.

b. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Servis dengan Jarak tetap

Berikut ini kelebihan latihan servis dengan jarak tetap antara lain :

- 1) Dapat menghemat waktu apabila pemain dapat beradaptasi dengan metode latihan jarak tetap.
- 2) Pemain dapat lebih jelas menerima keseluruhan gerakan yang dilatihkan secara jelas.
- 3) Pemain dapat langsung melakukan gerakan servis secara keseluruhan dan utuh.

Sedangkan kelemahan latihan servis dengan jarak tetap antara lain :

- 1) Pemain pemula akan kesulitan dalam melakukan gerakan servis karena gerakan servis cukup sulit dan kompleks.
- 2) Pemain akan sering melakukan kesalahan teknik sehingga pukulan tidak sesuai dengan yang diharapkan.
- 3) Pemain akan lebu terpacu pada kerasnya bola agar melewati net sehingga target ketepatan servis akan sulit tercapai.
- 4) Pelatih akan sering menghentikan latihan untuk membetulkan gerakan atau teknik yang salah sehingga latihan akan sedikit terhambat.

Pembelajaran Servis dengan Metode Latihan Jarak Bertahap

a. Pelaksanaan Pembelajaran Servis dengan Jarak Bertahap

Dalam latihan keterampilan servis dengan jarak bertahap, maksudnya ialah mengajarkan seluruh rangkaian teknik gerakan servis dan mahasiswa melakukan servis tersebut dimulai dari jarak tengah lapangan dekat dengan net atau garis batas servis, kemudian mahasiswa mundur 0,5 meter ke bela-

kang dan sampai jarak yang sebenarnya.

b. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran servis dengan Jarak Bertahap

Berikut ini kelebihan latihan servis dengan jarak Bertahap antara lain :

- 1) Pemain dapat menguasai teknik servis tenis lapangan dengan baik.
- 2) Pemain akan terhindar dari kesalahan teknik, karena metode ini dilaksanakan secara bertahap.
- 3) Pemain dapat meningkatkan ketepatan servis dan efisiensi tenaga dalam melakukan servis.
- 4) Pemain dapat mempraktekan teknik servis dari masing-masing tahapan latihan servis dengan baik

Disamping kelebihan terdapat pula kelemahannya juga tentunya dalam metode latihan servis ini. Berikut ini kelemahan latihan servis ini :

- 1) Di butuhkan adaptasi atau penyesuaian dalam melakukan servis dari setiap tahapan servis menuju ke jarak servis yang sebenarnya.

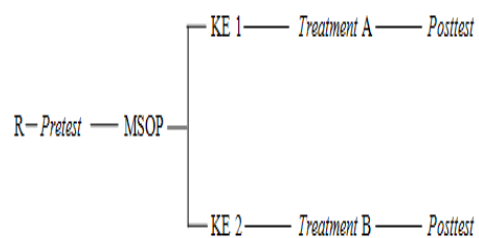
METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Dasar penggunaan metode ini adalah kegiatan percobaan

yang diawali dengan memberikan perlakuan kepada subyek yang diakhiri dengan suatu bentuk tes guna mengetahui pengaruh perlakuan yang telah diberikan. Sugiyanto (1995: 21) menjelaskan bahwa :

“Tujuan penelitian eksperimental adalah untuk meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat serta besarnya hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan (*treatment*) terhadap kelompok eksperimen yang hasilnya dibandingkan dengan hasil kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau diberikan perlakuan yang berbeda”

Rancangan dalam penelitian “*Pretest-Posttest Design*”. Gambar rancangan penelitian sebagai berikut:

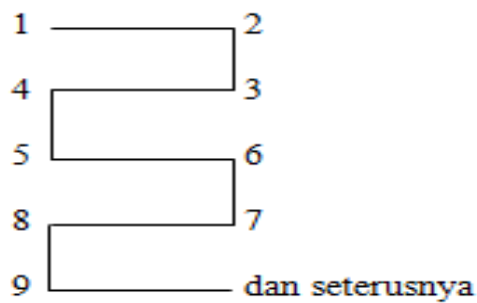


Gambar3.1.Rancangan Penelitian

Keterangan:

- | | |
|--------------------|---|
| R | = Random |
| <i>Pretest</i> | = Tes awal ketepatan servis Tenis lapangan |
| MSOP | = <i>Matched Subject Ordinal Pairing</i> |
| KE 1 | = Kelompok 1 (K1) |
| KE 2 | = Kelompok 2 (K2) |
| <i>Treatment A</i> | = Metode pembelajaran tetap |
| <i>Treatment B</i> | = Metode pembelajaran bertahap |
| <i>Posttest</i> | = Tes akhir ketepatan servis tenis lapangan |

Pembagian kelompok dalam penelitian ini dengan cara *ordinal pairing*. Adapun teknik pembagian kelompok secara *ordinal pairing* menurut Sutrisno Hadi (1995:485) sebagai berikut:



Gambar 3.2. *ordinal pairing*

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data

Untuk mencapai tujuan yang diinginkan dilakukan pengambilan data. Pengambilan data kemampuan ketepatan servis dengan cara melakukan servis sebanyak 12 bola. Data yang dikumpulkan terdiri dari tes awal secara keseluruhan, kemudian dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelompok 1 dengan metode pembelajaran tetap dan

kelompok 2 dengan perlakuan metode pembelajaran bertahap, serta data tes akhir masing-masing kelompok. Data tersebut kemudian dikelompokkan dan dianalisis menggunakan perhitungan statistik seperti terlihat dalam lampiran. Adapun rangkuman hasil analisis data secara keseluruhan akan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut. Penelitian ini menyajikan data *pretest* dan *posttest* akhir kemampuan pukulan servis pada mahasiswa putra semester II Prodi Penkepor JPOK FKIP UNS TAHUN Akademik 2013/2014 disajikan sebagai pada Tabel 1

Dari tabel 1. dapat diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan kelompok 1 memiliki rata-rata kemampuan servis sebesar 15.60, sedangkan setelah mendapatkan perlakuan memiliki rata-rata kemampuan servis sebesar 18.87. Adapun rata-rata nilai kemampuan servis pada kelompok 2 sebelum diberi perlakuan adalah sebesar 15.47, sedangkan setelah mendapatkan perlakuan memiliki rata-rata nilai kemampuan servis tenis lapangan sebesar 21.27.

Tabel 1 Deskripsi Data Hasil Tes Kemampuan servis Tenis Lapangan pada Kelompok 1 dan Kelompok 2

Kelompok	Tes	N	Hasil Terendah	Hasil Tertinggi	Mean	SD	Peringkat
1	Awal	15	11	21	15.60	3.019	
	Akhir	15	17	22	18.87	1.846	3.267
2	Awal	15	10	21	15.47	3.113	5.800
	Akhir	15	18	28	21.27	3.936	

Pengujian Persyaratan Analisis

Sebelum dianalisis, data perlu diuji terlebih dahulu mengenai persyaratan analisisnya. Pengujian persyaratan analisis yang dilakukan yaitu dengan uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji homogenitas.

Uji Reliabilitas

Untuk mengetahui tingkat keajegan hasil tes kemampuan servis tenis lapangan, dilakukan uji reliabilitas. Hasil uji reliabilitas tes awal dan tes akhir yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes Awal dan Akhir

Hasil Tes	Reabilitas	Derajat Reabilitas
Awal Kemampuan Servis	0.802	Acceptable
Akhir Kemampuan Servis	0.904	Very good

Sumber strand & Wilson 1993

Adapun dalam pengertian kategori koefisien reliabilitas tes tersebut menggunakan pedoman tabel koefisien korelasi dari Stand & Wilson 1993 seperti dikutip Mulyono B. (2012: 49) yaitu:

Tabel 3. Daftar Derajat Reliabilitas

Koefisien	Reabilitas
95-99	Excellent
90-94	Very good
80-89	Acceptable
70-79	Poor
60-69	Questionable

(Sumber Stand & Wilson 1993)

Uji Normalitas

Sebelum dilakukan analisis data, perlu diuji distribusi kenormalannya. Uji normalitas data pada penelitian ini digunakan metode Lilliefors. Hasil uji normalitas data yang dilakukan pada tiap kelompok adalah sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas

Kelompok	Tes	L_{hitung}	L_{tabel}	Kesimpulan
1	Awal	0.1384	0.220	Normal
	Akhir	0.1105		Normal
2	Awal	0.1185	0.220	Normal
	Akhir	0.1300		Normal

Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui kesamaan varians dari kedua kelompok. Uji Homogenitas hanya dilakukan pada tes awal kelompok 1 dan 2, karena bertujuan untuk menguji kesamaan atau keseimbangan pembagian kelompok 1 dan 2. Jika kedua kelompok tersebut memiliki kesamaan varians pada tes awal, apabila nantinya kedua kelompok memiliki perbedaan pada tes akhir, maka perbedaan tersebut disebabkan oleh pemberian perlakuan yang berbeda. Hasil uji homogenitas data antara kelompok 1 (K1) dan kelompok 2 (K2) sebagai berikut:

Tabel 5 Hasil Uji Homogenitas

Tes	F_{hitung}	F_{tabel}	Kesimpulan
Awal	1.06	2,48	Homogen

Hasil Analisis Data

Uji Perbedaan Sebelum dan Sesudah diberi Perlakuan pada Kelompok 1 dan Kelompok 2

Sebelum diberi perlakuan yang berbeda pada masing-masing kelompok, kelompok yang dibentuk dalam penelitian ini diuji perbedaannya terlebih dahulu. Hal ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan

pada kedua kelompok tersebut, selama diberi perlakuan berangkat dari keadaan yang sama atau berbeda. Setelah diberikan perlakuan yang berbeda, kedua kelompok diberikan tes akhir, kemudian hasil tes akhir kedua kelompok diuji perbedaannya. Berikut adalah tabelnya:

Tabel 6 Hasil Uji Beda Sebelum dan Sesudah Diberi Perlakuan

Kelompok	Tes	Mean	t_{hitung}	t_{tabel}	Kesimpulan
1	Sebelum	15.60	1.468	2.145	Tidak Berbeda
2	(awal)	15.47			
1	Sesudah	18.87			Berbeda
2	(akhir)	21.27			

Tabel 7 Hasil Uji Beda Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok 1 dan 2

Kelompok	Tes	Mean	t_{hitung}	t_{tabel}	Kesimpulan
1	Awal	15.60	8.009	2.145	Berbeda
	Akhir	18.87			
2	Awal	15.47	10.02		Berbeda
	Akhir	21.27			

Dapat dilihat bahwa pada hasil tes awal, tidak terjadi perbedaan yang signifikan antara kelompok 1 dan kelompok 2. Sedangkan pada tes akhir, terjadi perbedaan yang signifikan antara kelompok 1 dan kelompok 2.

Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1 dan Kelompok 2

Dapat dilihat bahwa pada kelompok 2 terjadi peningkatan yang signifikan,

dan pada kelompok 1 juga terjadi peningkatan yang signifikan. Adapun peningkatan lebih besar terjadi pada kelompok 2

Uji Perbedaan Persentase Peningkatan

Untuk mengetahui besaran persentase peningkatan pada kelompok 1 dan kelompok 2, dilakukan penghitungan pada masing-masing kelompok. Berikut adalah tabelnya:

Tabel 8 Hasil Uji Perbedaan Persentase Peningkatan

Kelompok	Mean Awal	Mean Akhir	Peningkatan	Persentase
1	15.60	18.87	3.267	20.940%
2	15.47	21.27	5.800	37.500%

Kelompok 2 memiliki persentase peningkatan yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok 1.

Pengujian Hipotesis

Hipotesis I

Dari data yang diperoleh sebelum diberikan perlakuan, setelah dianalisis diperoleh nilai t antara tes awal pada kelompok I dan tes awal kelompok II = 1.468, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 2.145$, berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian kelompok I dan kelompok II sebelum diberi perlakuan dalam keadaan seimbang. Antara kelompok I dan kelompok II berangkat dari titik tolak yang sama, yang berarti apabila setelah diberi perlakuan terdapat perbedaan, hal itu terjadi karena adanya perbedaan perlakuan yang diberikan.

Nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok I = 8.009, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 2.145$, berarti hipotesis nol ditolak, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok I.

Nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok II = 10.02, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 2.145$. Berarti hipotesis nol ditolak, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok II.

Dengan demikian Hipotesis I yang menyatakan “Ada pengaruh metode pembelajaran tetap dan bertahap terhadap hasil belajar kemampuan servis tenis lapangan pada mahasiswa putra semester II prodi penkepor JPOK FKIP

UNS tahun akademik 2013/1014” dapat diterima.

Dilihat dari pelaksanaan metode pembelajaran tetap terhadap kemampuan servis tenis lapangan memiliki beberapa kelebihan atau keuntungan yaitu:

- a. Dapat menghemat waktu apabila pemain dapat beradaptasi dengan metode latihan jarak tetap.
- b. Pemain dapat lebih jelas menerima keseluruhan gerakan yang dilatihkan secara jelas.
- c. Pemain dapat langsung melakukan gerakan servis secara keseluruhan dan utuh.

Sedangkan dalam pelaksanaan metode pembelajaran bertahap terhadap kemampuan servis tenis lapangan mempunyai kelebihan atau keuntungan yaitu:

- a. Pemain dapat menguasai teknik servis tenis lapangan dengan baik.
- b. Pemain akan terhindar dari kesalahan teknik, karena metode ini dilaksanakan secara bertahap.
- c. Pemain dapat meningkatkan ketepatan servis, dan efisiensi tenaga dalam melakukan servis.
- d. Pemain dapat mempraktekan teknik servis dari masing-masing tahapan latihan servis dengan baik

Hipotesis II

Kelompok I yang diberikan perlakuan metode pembelajaran tetap memiliki nilai persentase peningkatan sebesar 20.940%. Sedangkan pada kelompok II yang diberikan perlakuan metode latihan dua tangan memiliki nilai persentase peningkatan sebesar 37.500%. Dengan

demikian hipotesis yang menyatakan bahwa “Metode pembelajaran Bertahap lebih baik pengaruhnya dibanding dengan metode pembelajaran Tetap terhadap hasil belajar kemampuan servis tenis lapangan mahasiswa putra semester II prodi penkepor JPOK FKIP UNS tahun akademik 2013/2014” dapat diterima.

Hal ini dikarenakan setiap metode pembelajaran tentu memiliki efektifitas yang berbeda-beda terhadap tujuan yang diinginkan. Dalam pelaksanaan metode pembelajaran Tetap dan bertahap tidak lepas dari dukungan kemampuan kondisi fisik pembelajaran Tetap dan bertahap mahasiswa atau atlet dituntut melakukan teknik servis yang baik, serta mampu menguasai teknik dan gerakan servis sehingga dapat mengarahkan bola dengan akurat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh metode pembelajaran tetap dan bertahap terhadap hasil belajar kemampuan servis tenis lapangan pada mahasiswa putra semester II prodi pekkepor JPOK FKIP UNS tahun akademik 2013/2014, dengan $t_{hitung} = 3.417 > t_{tabel} = 2.145$.
2. Metode pembelajaran Bertahap lebih baik pengaruhnya dibanding dengan metode pembelajaran Tetap terhadap hasil belajar kemampuan servis tenis

lapangan pada mahasiswa putra semester II prodi pekkepor JPOK FKIP UNS tahun akademik 2013/2014, dengan peningkatan metode pembelajaran bertahap = 37.500% > metode pembelajaran tetap = 20.940%.

Dari kesimpulan di atas dapat diimplikasikan bahwa untuk meningkatkan kemampuan pukulan servis pada mahasiswa putra semester II Prodi Penkepor JPOK FKIP UNS Tahun Akademik 2013/2014 dapat menggunakan metode pembelajaran bertahap dalam proses pembelajaran. Penggunaan metode pembelajaran bertahap memiliki pengaruh positif terhadap hasil kemampuan pukulan servis tenis lapangan. Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar pertimbangan untuk meningkatkan kemampuan pukulan servis tenis lapangan dalam perkuliahan.

Sehubungan dengan simpulan yang telah diambil dan implikasi yang ditimbulkan, maka disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Dalam meningkatkan kemampuan pukulan servis tenis lapangan, hendaknya mahasiswa dan atau dosen prodi PENKEPOR JPOK FKIP UNS dapat menggunakan metode pembelajaran bertahap dalam proses pembelajaran atau latihannya, Latihan servis menggunakan metode pembelajaran bertahap telah terbukti dapat meningkatkan kemampuan pukulan servis tenis lapangan.
2. Latihan menggunakan metode pembelajaran bertahap diharapkan bisa diterapkan pada olahraga yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

Adi Talim, S. (2001). *Kamus Lengkap Inggris-Indonesia Indonesia-Inggris*. Surabaya: Surya Ben Tata

Analisis Biomekanika Servis Tenis Lapangan.(2013). Diperoleh 16 September 2014, dari <http://aryadi56.blogspot.com/2013/01/analisis-biomekanika-servis-tenis.html>

Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Atmojo, M.B (2000). *Teori dan praktik Tenis Lapangan*. Surakarta: JPOK FKIP Universitas Sebelas Maret.

Atmojo, M.B (2012). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surakarta: Universitas Negeri Sebelas Maret Press.

_____(2010). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Press.

Barron's (2000). *Tennis Course: Volume 1 Techniques and tactics*. Germany: BLV Publishing.

Brown, J. (2001). *Tenis Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Cara Melatih Teknik Dasar Tenis Lapangan. (2012). Diperoleh 2 Januari 2014 dari <http://all sport sains and fitness center.com>

Cholik M.T & Lutan R (2001). *Pendidikan Jasmani dan kesehatan*. Bandung : Maulana FKIP UNS. 2012. *Pedoman Penulisan Skripsi*. Surakarta; UNS Press.

Hadi Sutrisno. (1995). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press..

Heri Rahayubi. (2012). *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi-dan tinjauan kritis*. Yogyakarta: Nusa Media

Irianto Djoko P. (2002). *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: FIK. UNY

Ishaq Isjoni. (2010). *Pembelajaran Kooperatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

ITF.(2004). *Rule of Tennis*. Hong Kong :The Chameleon Press Limited.

Jones, C. M dan Buxton, A. (2008). *Belajar Tenis untuk Pemula*. Bandung: Pionir Jaya.

Kristiyanto, Agus. (2008). *Penelitian Pengajaran*. Surakarta: JPOK FKIP UNS.

Lutan Rusli.(1988). *Belajar Ketrampilan Motorik*. Jakarta: Dirjed Dikti

- Lardner Rex, (2013). *Fundamental Tennis*: Edisi ketiga, Semarang: Dahara Prize
- Muhammad Ali. (2005). *Guru dalam Proses Belajar Mengajar*. Bandung : Sinar Baru Algensido.
- Muntohir, T.C. & Gusril.(2004). *Pembelajaran Motorik*. Bandung: Remaja Rosda Karya
- Strand,N.B. & Wilson, R. (1995). *Assesing Sport Skills. Unaited states of Amerika : Utah State University*
- Purnama Sapta Kunta (2010). *Kepelatihan Bulutangkis Modren*. Surakarta: Yuma Pustaka
- Pusat Bahasa. Departemen Pendidikan Nasional. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*: Edisi kelima. Jakarta: Balai Pustaka
- Salim, A. (2008). *Buku PintarTennis*. Bandung: Nuansa
- Sudjana N. (2005). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*.Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Sudjarwo. (1995). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Surakarta : UNS.
- Sugiyanto.(2005). *Penelitian Kuantitatif*. Surakarta: UNS Press.
- Sugiyanto.(1999). *Belajar Gerak*. Surakarta: JPOK FKIP Universitas Negeri Sebelas Maret.
- Sugiyanto & Kristiyanto, A. (2000). *Belajar Gerak II*. Surakarta: JPOK FKIP Universitas Negeri Sebelas Maret.
- Suharno. (1993). *Metodologi Kepelatihan*.Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suhendro, Andi. (2004). *Dasar-Dasar Kepelatihan*.Jakarta: Universitas Terbuka
- Sajoto. M. (1995). *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize
- Sunarno, A.& Sihombing R. S. D (2011). *Metode Penelitian Keolahragaan*. Surakarta: Yuma Pustaka
- Suprijono, A. (2011). *Cooperative Learning*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Surya M. (2003). *Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran*. Bandung: Remaja Posda
- Syaiful, S. (2005). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta

Teknik Pukulan Servis Tennis. (2012). Diperoleh 2 Januari 2014, dari <http://prasso.wordpress.com/2007/09/17/teknik-servis>

Teknik Pegangan Servis Tennis. (2012). Diperoleh 2 Januari 2014, dari <http://prasso.wordpress.com/2007/08/02/teknik-dasar-bermain-tennis-grip/>